取扱説明書を読む時は
左ページの時計図を開いた状態でお読みください。
特に操作方法のページでは、左ページの記号と連動して説明しています。

When reading this instruction manual please keep the watch diagram at left folded out and in view. Symbols (A,B, etc.) used in the sections on operating instructions refer to the symbols indicated in this diagram.

警告 ご使用に当たって

- ご使用に当たっては、取り扱い方法と注意事項を十分に理解して、正しくご使用ください。万一、この説明書にない取り扱いをした場合には、時計が正しく機能しない場合がありますのでご注意ください。
- この時計の高度計測機能は、公的機関で認定された計測器ではありません。この時計の高度計測値は、あくまでも目安としてご使用ください。
- 危険を伴う状況判断には、この時計の高度計測機能を使用しないでください。

禁止 高度計測機能の使用禁止事項

次のような状況の時には使用しないでください。

- 危険を伴う行動や状況の判断をする場合、気温の変化が大きい時
- 飛行機内やビル内などで圧力調整がなされている場合(正しい計測ができません)
- 短時間で高度が大きく変化する場合
- その他通常のご使用(取り扱い説明書に書かれている使用)ではない特殊な取り扱いをした場合

注意 高度計測機能について

この時計で表示する高度は圧力センサーで検出した外気圧を国際標準大気圧モデルの高度と気圧の関係にあてはめ算出した相対高度です。そのため、同じ場所で計測しても気圧が変化すれば当然高度の表示も変わります。高度の測定・表示間隔は約５秒間隔（連続高度測定モード）ですので、短時間で高度が大きく変化するスポーツ等ではご使用できません。

(例)スカイダイビング等
連続高度モードは30分後には自動的に、1時間毎に１回の高度計測モードに切り替わります。連続高度測定モードへ戻すには、取り扱い説明書の操作をしてください。この時計の高度計測機能を上手にお使いになるためには、高度が明示された地点での補正を常にすることが必要です。

注意 圧力センサー部について

この時計に使われている圧力センサーを分解したり細い棒でつついたりしないでください。
又、ゴミ・ホコリなど入らないようにご注意ください。

電池について

この時計の電池寿命は新品電池を組み込み後通常使用（K．製品仕様の電池寿命を参照）で２年間ですが、この寿命は各機能の使用条件により大きく異なりますので早目の電池交換をお勧めします。

目　次

A．高度計の基本特性

この時計は、I．C．A．O（国際民間航空機関）が定める標準大気（＊）の条件を基本に、気圧と高度の関係を利用して、気圧の変化から高度を算出するように設計されています。正しい高度表示を得るためには、正確なポイント（三角点や水準点）で、高度合わせを行なう必要があります。この操作を<高度補正>といいます。（13ページ参照）
＊標準大気とは：1964年にI．C．A．O（国際民間航空機関）が採用した「I．C．A．O標準大気」をいい1013.25hPa、15℃を海抜0mと定めています。しかし、気圧は同一の場所でも時間によって絶えず変動するものです。

高度(m)	気圧(hPa)	気温(℃)	1000m当たりの気温差
5,000	540.2	-17.5	約6.5℃
4,000	616.4	-11.0	
3,000	701.1	-4.5	
2,000	795.0	2.0	
1,000	898.7	8.5	
0	1,013.25	15.0	

B．操作説明

名　称	時刻表示	クロノグラフ表示	
		1分未満の計測表示	1分以上の計測表示
A：機能針	高度針(I)…10m／単位	クロノグラフ秒針	クロノグラフ分針
B：モード針	高度針（II）…1,000m単位	1分未満のクロノ計測表示	1分以上のクロノ計測表示
C：分針	常に時刻の分を表示		
D：時針	常に時刻の時を表示		
E：リュウズ	時刻・日付合わせ		
F：24時間針	常に時針と連動して24時間制を表示		
G：秒針	秒表示	クロノグラフ1／20秒針	クロノグラフ秒針
①：ボタン①	時刻とクロノグラフの表示切り替え／高度補正		
②：ボタン②	クロノグラフスタート・ストップ・リセット／高度連続計測／高度補正		

＊表紙裏の時計図と合わせてご覧下さい。

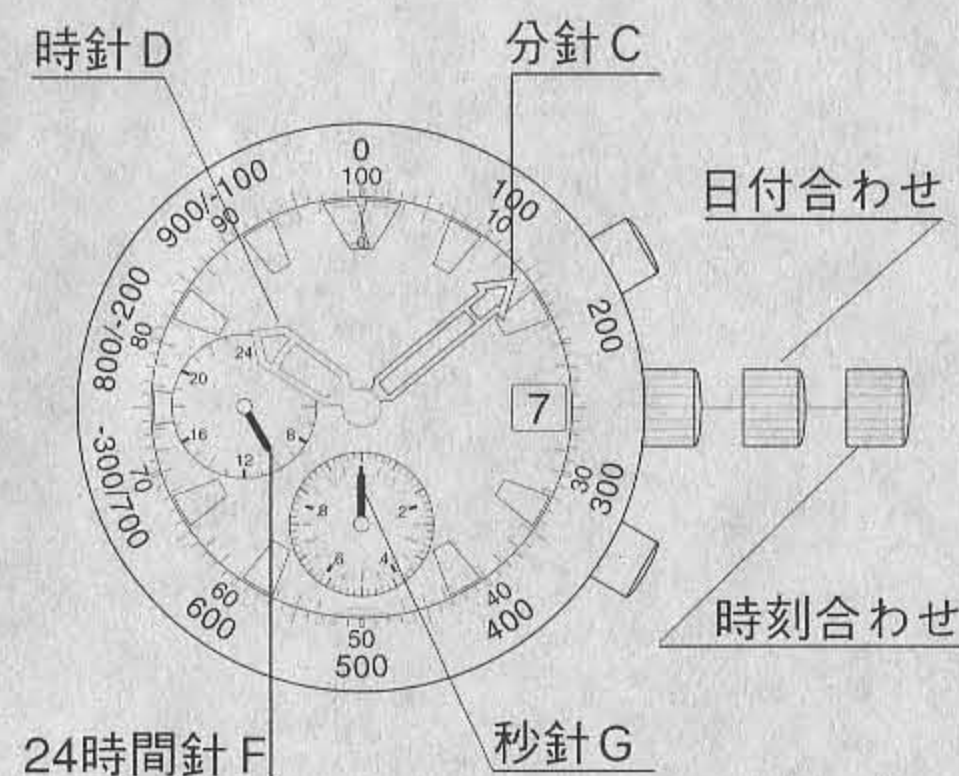
V：圧力（高度計測）センサー……その時の高度をこのセンサーで感知し、ICを通じて高度計測表示します。

Z：レジスターリング……レジスターリングをセットすることにより、方位や高度差を知ることが出来ます。

又、同一の場所に居て高度指示値が変動すればこれは気圧の変動を示すものです。
高度が高い方へと高度針が移動すれば気圧が減少し、高度が低い方へと高度針が移動すれば気圧が上昇したことを示します。

C. 時刻・日付合わせ

時刻表示について

・時刻表示は、12時間と24時間の両方を同時表示します。
・時、分針及び24時間針は、クロノグラフ表示にあっても時刻表示をします。

〔時刻・日付合わせ〕

1．時刻合わせ

リュウズがネジロックタイプのモデルは、リュウズのネジをゆるめてください

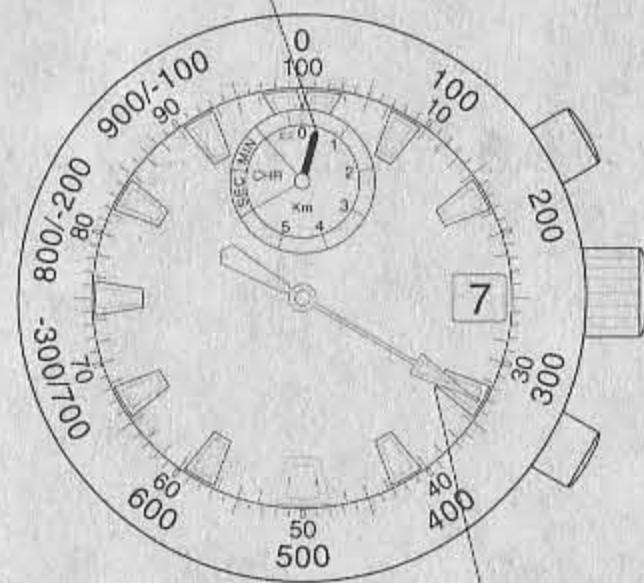
①リュウズを2段引き位置にします。
　この時、秒針は0秒位置に帰零します。
②リュウズを回して、時、分針を現在時刻に合わせます。
※24時間針は時針に連動しています。24時間針の午前／午後に注意してください。
③時報（TEL117）などに合わせてリュウズをきちんと押し込めば時計は、正しい時刻で動き始めます。

2．日付合わせ

①リュウズを1段引き位置にします。
②リュウズを回して合わせたい日付に合わせます。
③リュウズをきちんと押し込みます。

(注)午後9時頃から午前1時頃の間に日付合わせを行なうと翌日になっても日付が切り替わらないことがありますのでご注意ください。

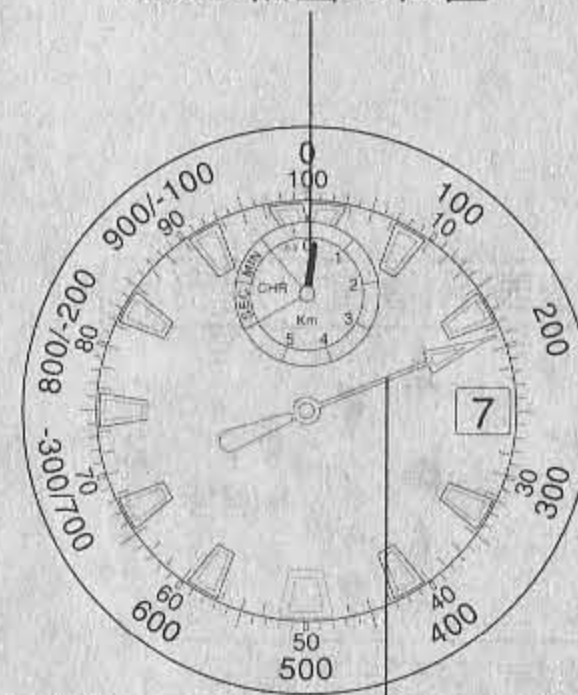
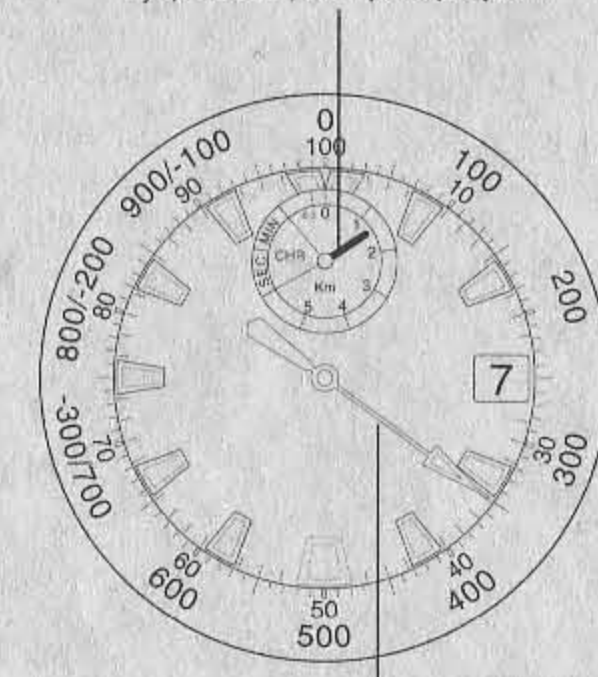
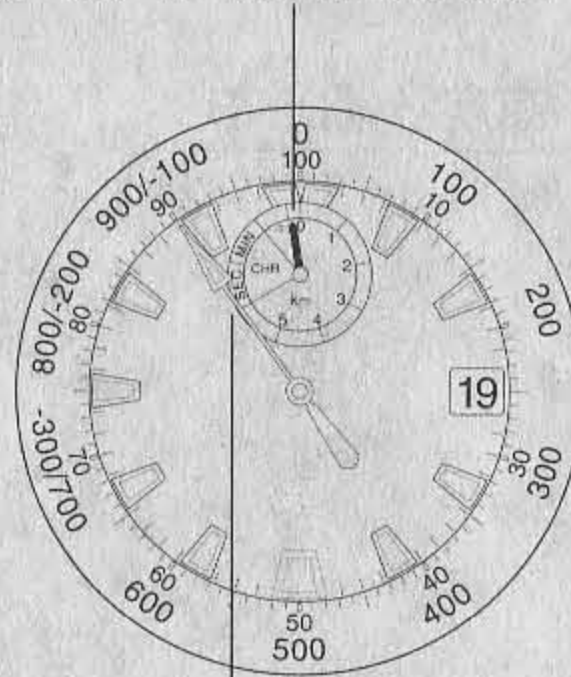
＊リュウズがネジロックタイプのモデルは、最後にリュウズをきちんとネジロックしてください。

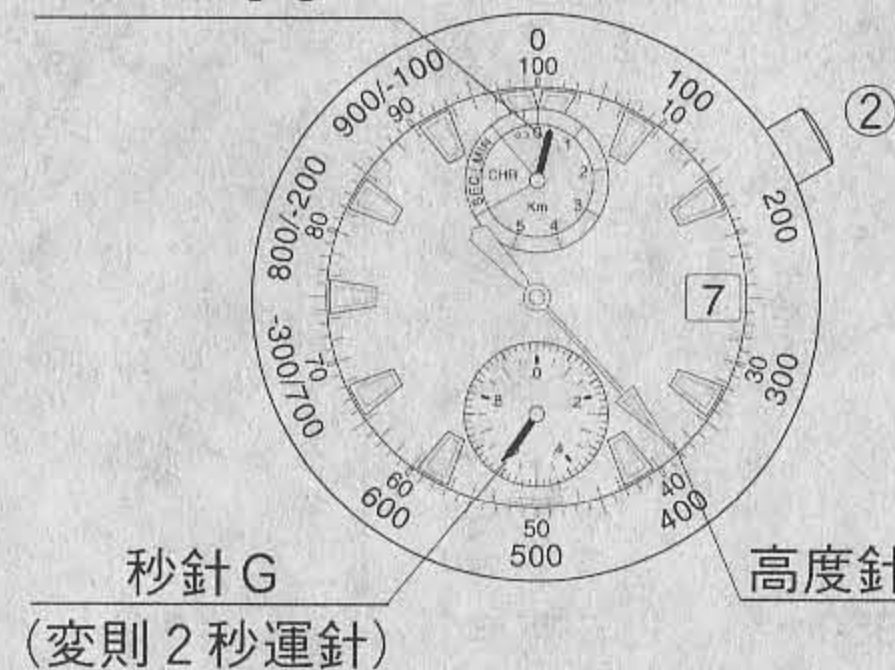
D．高度計測

1．高度計測

・時刻表示で１時間ごとに１回の高度計測を自動的に行ないます。
・この高度計測は－300mから5,000mまで計測表示します。(10m単位)
・高度針〔I〕Aと高度針〔II〕Bは連動して現在高度を表示します。
　高度針〔I〕A……10m、単位で高度を表示します。
　高度針〔II〕B……1,000m単位で高度を表示します。

＊－300m以下は－300m表示、5,000m以上は5,000m表示します。

2．高度計測表示の見方

(1)高度0～1,000mの場合
★時計は高度190mを示しています。

(2)高度1,000～2,000mの場合
★時計は高度1,350mを示しています。

(3)高度-300～0mの場合
★時計は高度-100mを示しています。

3．連続高度計測

高度計測を開始してから30分間、5秒毎に1回の連続的な高度変化を見ることができます。
・計測方法
時刻表示の時にボタン②を1回押すと秒針が変則2秒運針に切り替わって連続高度計測状態になったことを知らせます。
再びボタン②を1回押すと高度計測状態にもどります。ボタンを押さなくとも、連続高度計測開始から30分後には自動的に高度計測状態にもどります。

E．高度補正

⚠注意　高度補正について

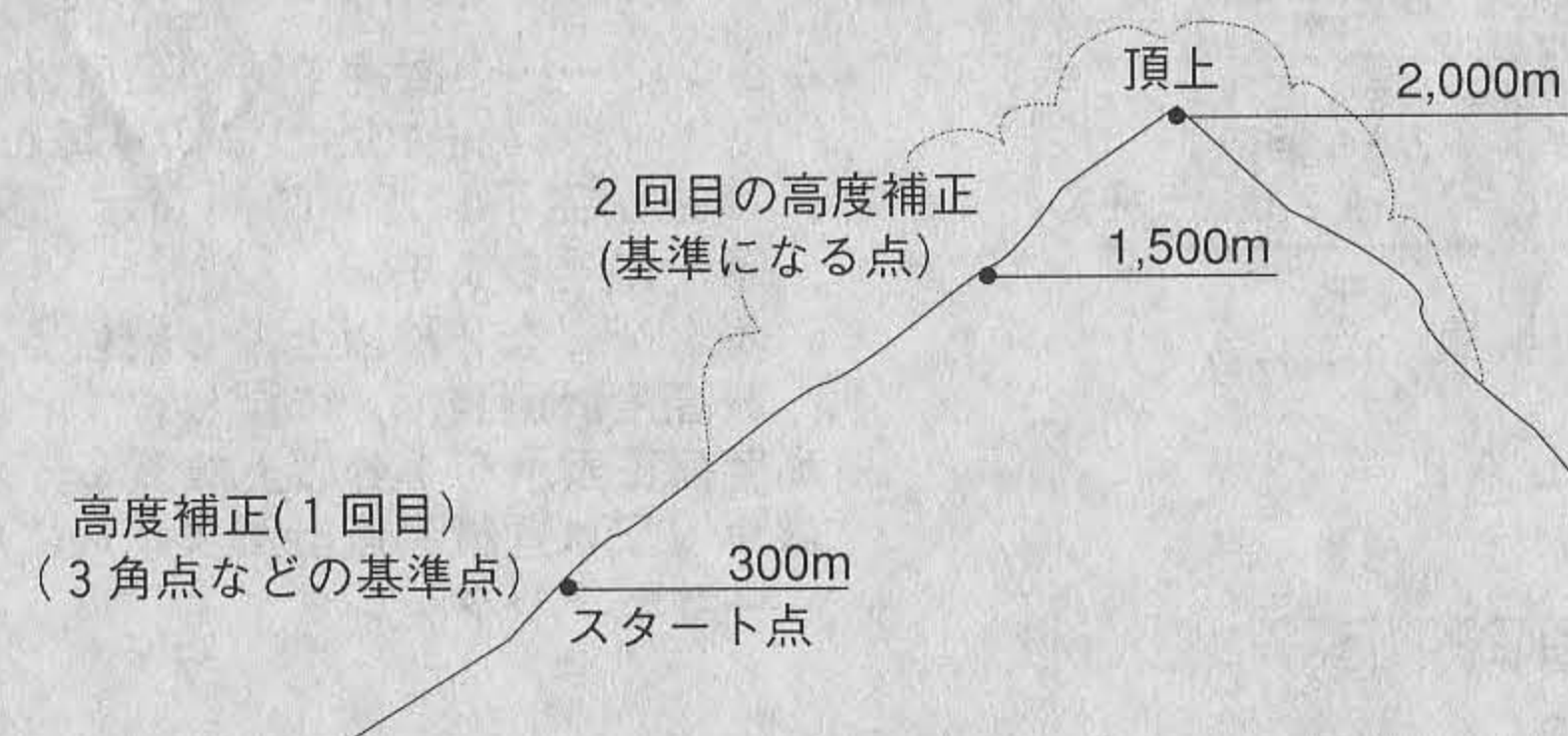
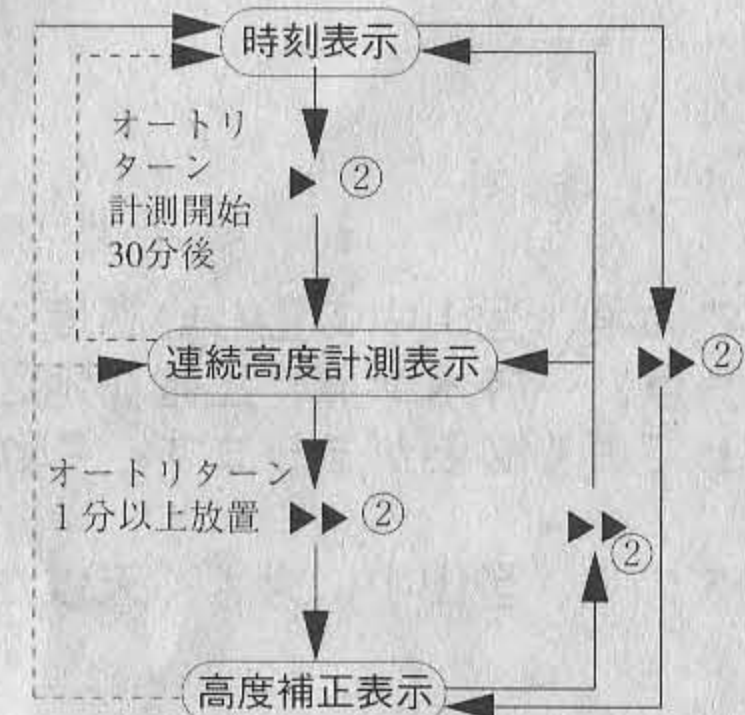
この時計の表示高度は、標準大気を基本とした相対高度です。この為、登山中の正しい高度を測定するには、あらかじめ正確な高度の基準点となる地点（三角点、一等水準点、正確な地図上の高度など）で、時計上の表示高度をその正確な高度に合わせておく必要があります。これを高度補正と言います。
気圧が1hPa変化すれば、約10m程度の高度差となって現われますので、登山中に大きく天候が変化するような時には1日に数回の補正が必要です。

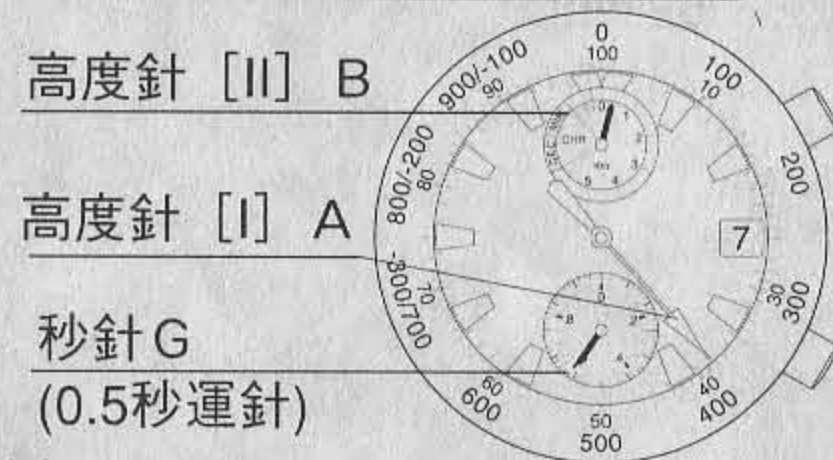
時刻表示

オートリターン計測開始30分後 ▶②

連続高度計測表示 ▶▶②

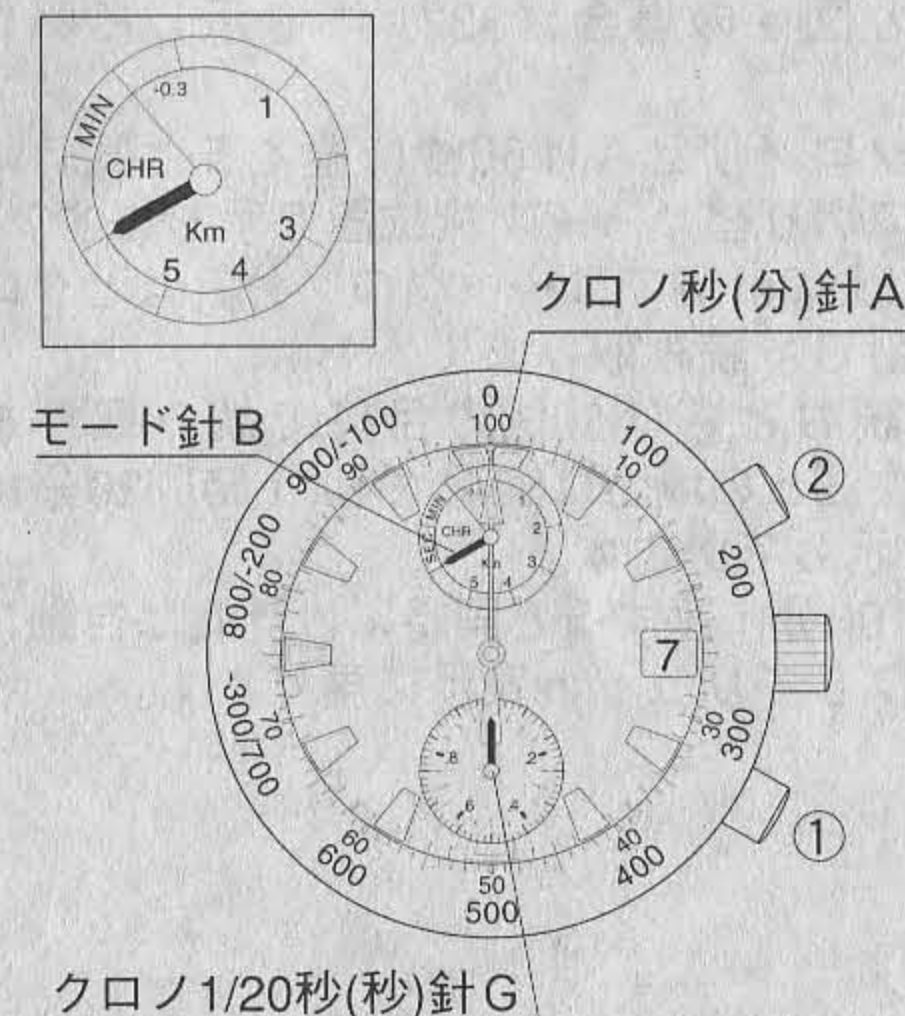
オートリターン1分以上放置 ▶▶②

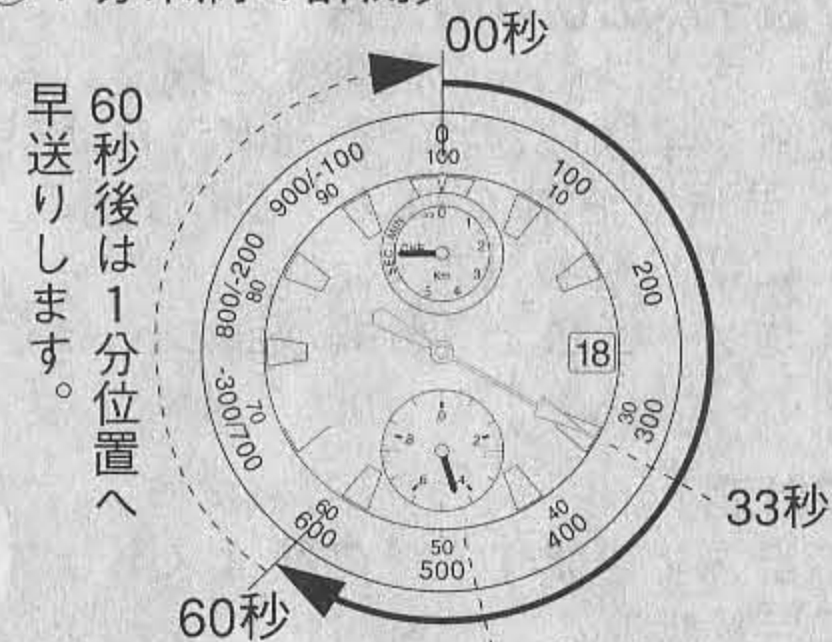
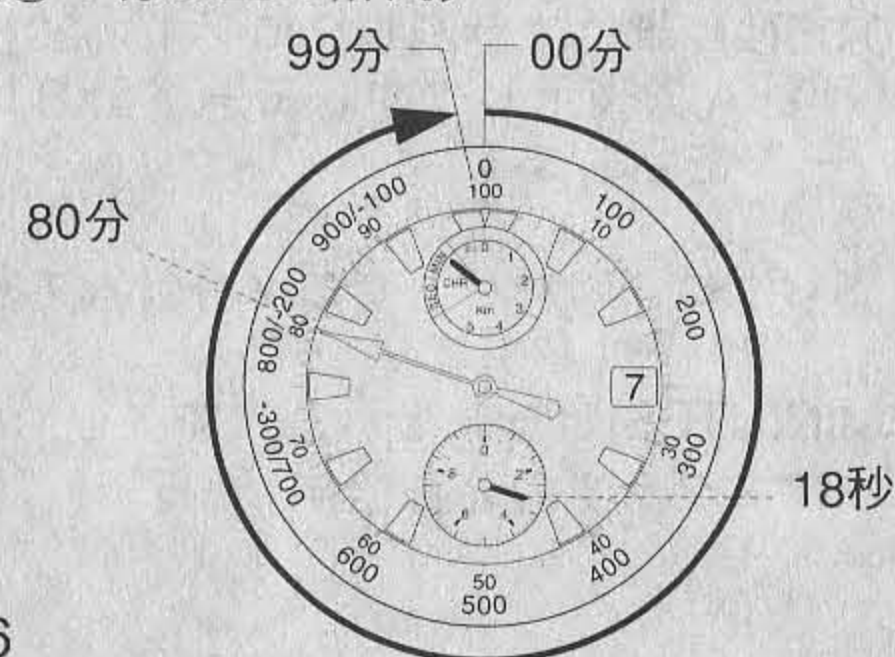
▶▶②

高度補正表示

▶ ①…ボタン①を１回押す
▶ ②…ボタン②を１回押す
▶▶②…ボタン②を２秒以上押す

高度の補正方法

現在高度を±300mの範囲で補正することが出来ます。
(1)補正の仕方
a．時刻表示（又は連続高度計測表示）のときボタン②を２秒以上押し続けると秒針Gが0.5秒運針をして高度補正表示になったことを知らせます。
b．ボタン①又は②を押して補正します。
・ボタン①……１回押す毎に高度針［I］Aが－10mづつ切り替わります。
・ボタン②……１回押す毎に高度針［I］Aが＋10mづつ切り替わります。
c．補正が完了したら時刻表示（又は連続高度計測表示）に戻します。
ボタン②を２秒以上押し続けると時刻表示（又は連続高度計測表示）に戻ります。
※高度補正表示を１分以上放置しておくと自動的に時刻表示（又は連続高度計測表示）に戻ります。
——オートリターン

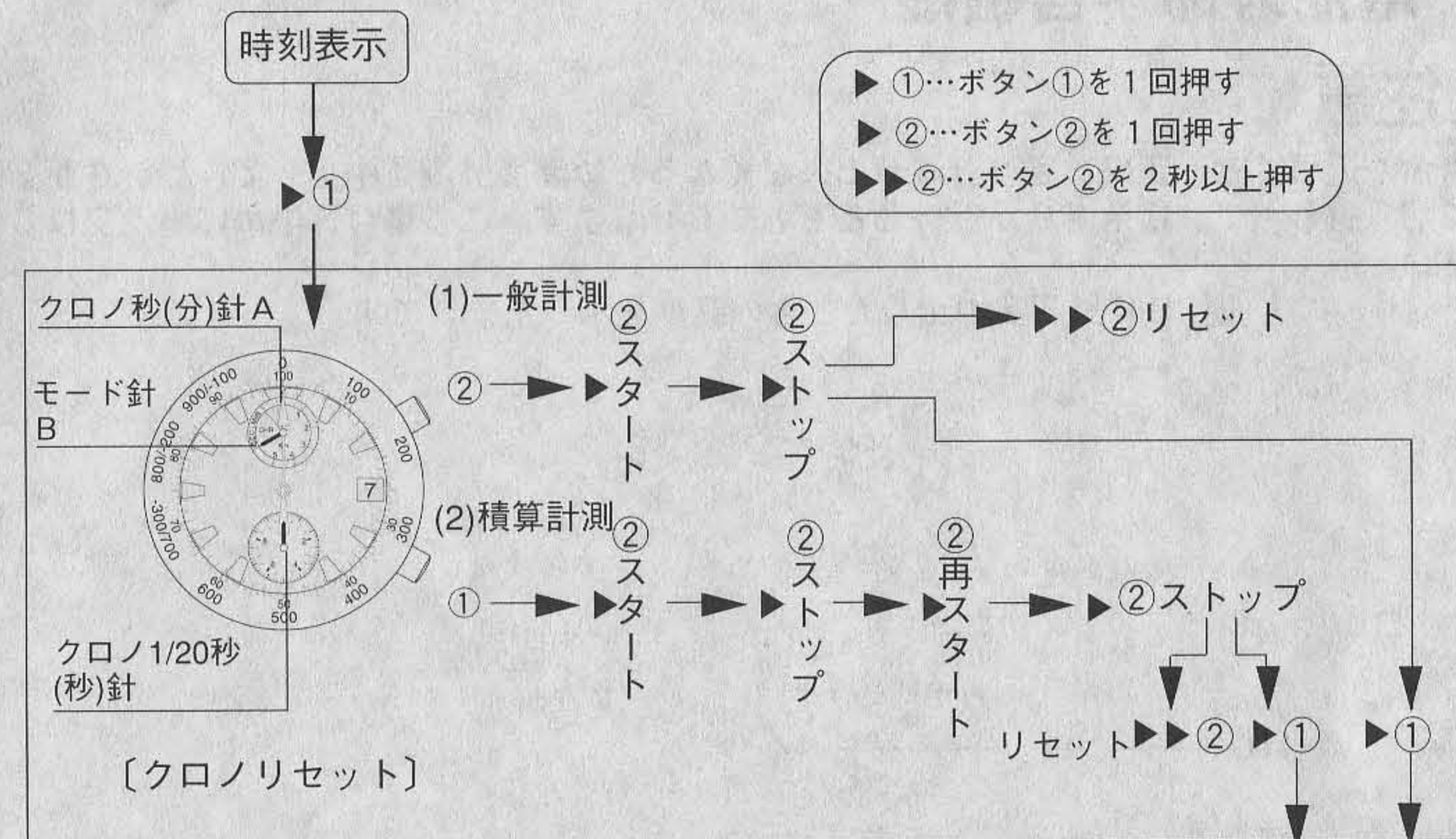
F．クロノグラフ

［クロノグラフ“リセット”状態］

1．クロノグラフ表示への切り替え方
時刻表示の時、ボタン①を１回押すと機能針A、秒針Gは０位置へ早送りされ、モード針BはSEC(ONDS)まで早送りされクロノグラフ表示（リセット状態）に切り替わります。
＊クロノグラフリセット状態を３分間放置しておくと自動的に時刻表示に戻ります。

2．クロノグラフ計測
最大99分59秒まで計測できます。その後はストップしてリセット表示に戻ります。
①１分未満の計測
１/20秒（＝0.05秒）単位で計測しクロノ１／20秒針Gとクロノ秒針Aで表示します。モード針BはSEC(ONDS)ゾーンを示します。
②１分以上の計測
１秒単位で計測しクロノ秒針Gとクロノ分針Aで表示します。
モード針BはMIN(UTES)ゾーンを示します。
＊クロノとはクロノグラフの略称です。

3．クロノグラフ計測目盛の読み方

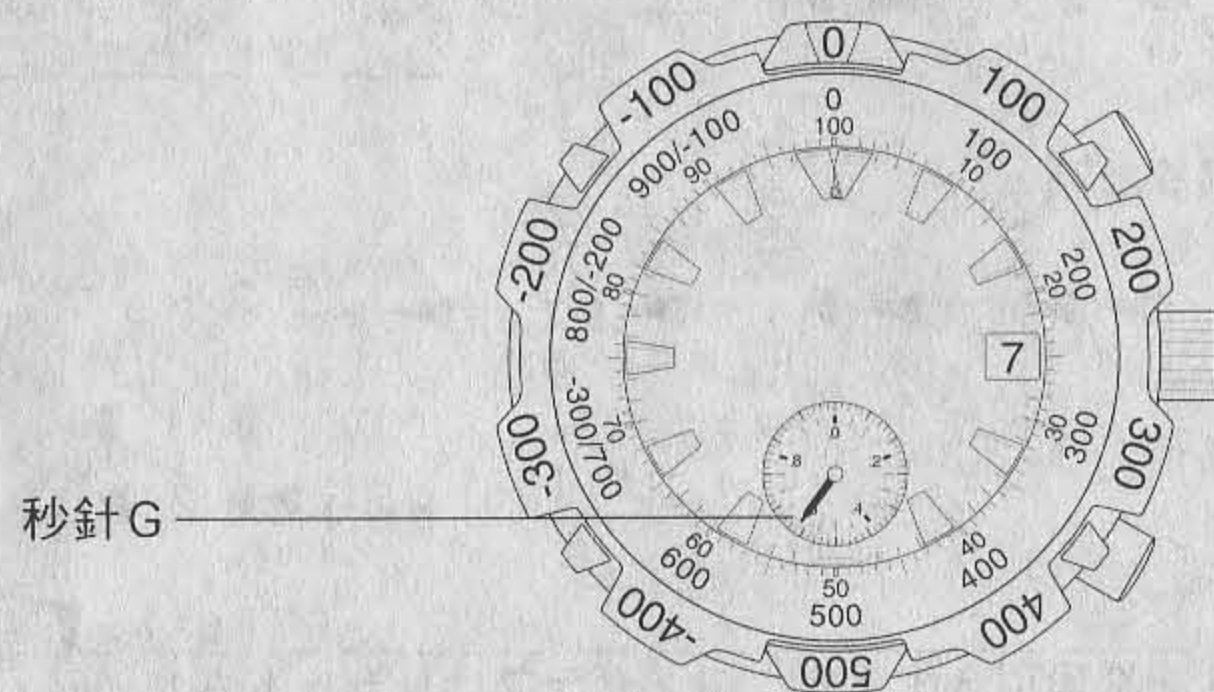
①1分未満の計測では……クロノ秒針Aとクロノ1／20秒針Gで読み取ります。
秒を読むときは外側の目盛りで読み取ります。左図aの場合は33秒45を示しています。
尚、クロノ秒針Aは60秒に達すると同時に分針に切り替わって1分位置を示します。

②1分以上の計測では……クロノ分針Aとクロノ秒針Gで読み取ります。
分を読むときは外側の目盛で読み取ります。左図bの場合は80分18秒(1時間20分18秒)を示しています。
尚、100分に達すると同時に、計測は自動ストップしてリセット表示に戻ります。

4．クロノグラフの計測方法

(注)クロノグラフ計測中にリュウズを2段引きするとクロノグラフはリセットされます。

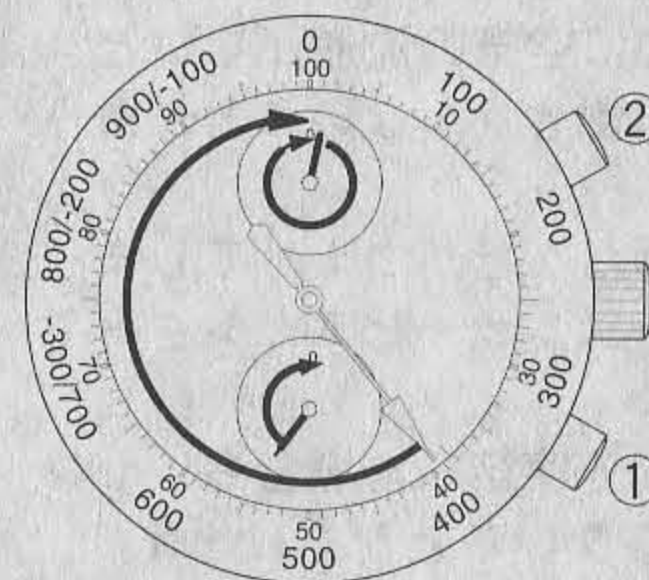
G. 電池寿命予告機能

⚠注意

電池寿命が近づくと、正確な高度計測が出来なくなるため高度計測を中止して、秒針Gが2秒運針に切り替わって、電池寿命が近いことをお知らせします。この場合、早めに電池交換してください。
高度針［I］A、［II］Bは計測を中止したときの高度を示したままです。

H. 各針の0位置合わせ（電池交換後の操作）

電池交換後および、クロノグラフをリセットした時にクロノ各針が0位置を示さない時、又はリュウズを2段引きした時に秒針が0秒位置に帰零しない時は、次の各針の0位置合わせを行なってください。

1. リュウズを2段引きします。
2. ボタン①、②を同時に2秒以上押し続けます。
   この時、機能針Aがわずかに振れます。
3. ボタン②を押して機能針A、モード針Bをそれぞれ0位置に合わせます。(機能針A、モード針Bは連動しています)
   ＊ボタンを押し続けると針は早送りします。
4. ボタン①を押して秒針を0位置に合わせます。
   ＊ボタンを押し続けると針は早送りします。
5. リュウズをきちんと押し込みます。
   この時、機能針Aは、高度計測表示に切り替わります。

(注)電池交換後は、必ずこの操作を行なってください。
この操作を行なわないと正しい高度計測、クロノグラフ計測が出来ないことがあります。

I．お取り扱いに当たって

⚠ 注意　圧力センサーについて

・センサーカバーは圧力センサー保護するためのものですから、外したりしないでください。
・この時計はセンサー部に空気の流通がないと、高度計測機能が正しい働きをしないことがあります。
ゴミ、砂、その他の汚れなどがつまってしまった時には最寄りのシチズンサービスセンターで修理を受けてください。
・センサー部に水が入って凍結した場合も、センサーは正しい働きをしないことがあります。
水などが入った時は良く乾燥させてからご使用ください。

⚠ 警告　防水性能について

・日常生活用防水時計（3気圧防水）は、洗顔などには使用できますが、水中での使用はできません。
・日常生活用強化防水時計（5気圧防水）は、水泳などには使用できますが、素潜り（スキンダイビング）などには使用できません。
・日常生活用強化防水時計（10／20気圧防水）は、素潜りには使用できますが、スキューバ潜水・ヘリウムガスを使う飽和潜水には使用できません。

防水性について

・時計の文字板及び裏ぶたの防水性能表示をご確認の上、右図を参照して正しくご使用ください。

・WATER RESIST (ANT) △△ bar は W.R. △△ bar と表示している場合があります。

（1 barは約 1 気圧に相当します）

名　称	表　示		仕　様	使　用　例				
	文字板	ケース(裏ぶた)		水がかかる程度の使用。（洗顔、雨等）	水仕事や、一般水泳に使用。	スキンダイビング、マリンスポーツに使用。	空気ボンベを使用するスキューバ潜水に使用。	水滴がついた状態でのボタンの操作。
日常生活用防水時計	無表示	WATER RESIST (ANT)	3 気圧防水	○	×	×	×	×
日常生活用強化防水時計	WATER RESIST 5bar または無表示	WATER RESIST(ANT) 5bar または WATER RESIST(ANT)	5 気圧防水	○	○	×	×	×
日常生活用強化防水時計	WATER RESIST 10bar/20bar または無表示	WATER RESIST(ANT) 10/20bar または WATER RESIST(ANT)	10気圧防水 20気圧防水	○	○	○	×	×

⚠ 注意

・ボタンは常に押し込んだ状態（通常位置）でご使用ください。
・水分のついたままボタンの操作をしないでください。時計内部に水分が入り防水不良となる場合があります。
・皮革バンドは材質の特性上、水に濡れると耐久性に影響がでる場合があります。
水の中で使うことが多い日常生活用強化防水時計の場合は脱色、接着はがれなどの不具合を起こすことがありますので、あらかじめ他の材質のバンド（金属製またはゴム製）にお取り替えの上、ご使用ください。
・日常生活用強化防水時計の場合、海水に浸した時や多量の汗をかいた後は、真水でよく洗い、よく拭き取ってください。
・万一、時計内部に水が入ったり、また、ガラス内面にくもりが発生し長時間消えない時は、そのまま放置せず、お買い上げ店または、シチズンサービスセンターへ修理、点検を依頼してください。
・時計内部に海水が入った場合は、箱やビニールに入れてすぐに修理依頼をしてください。時計内部の圧力が高まり、部品（ガラス、りゅうず、ボタンなど）が外れる危険があります。

注意　携帯時の注意

・幼児を抱く時などは、幼児のけがや事故防止のため、あらかじめ時計を外すなど充分ご注意ください。
・激しい運動や作業などを行う時は、ご自身や第三者へのけがや事故防止のため、充分ご注意ください。
・サウナなど時計が高温になる場所では、火傷の恐れがあるため絶対に使用しないでください。
・ウレタンバンドは、衣類等の染料や汚れが付着し、除去できなくなることがあります。色落ちするもの（衣類、バック等）と一緒に使用する場合はご注意ください。

⚠ 注意　バンドのお取り扱いについて

・バンドの中留め構造によっては、着脱の際に爪を傷つける恐れがありますのでご注意ください。

⚠ 注意　電池の取り扱いについて

・幼児の手が届かないところに置いてください。
誤って電池を飲み込んだ場合にはただちに医師に相談して治療を受けてください。

⚠ 注意　電池交換について

・電池寿命切れの電池をそのままにしておきますと、漏液等により故障の原因となることがあります。早めに電池交換してください。
・電池交換の際は必ず指定電池をご使用ください。

⚠ 注意　時計は常に清潔に

・ケースやバンドは肌着類と同様に直接肌に接しています。金属の腐食や汗、汚れ、ほこりなどの気づかない汚れで衣類の袖口などを汚す場合があります。常に清潔にしてご使用ください。
・かぶれやすい体質の人や体調によっては、皮膚にかゆみやかぶれを生じることがあります。異常を感じたら、ただちに使用を中止してすぐに医師に相談してください。
かぶれの原因は
1．金属、皮革アレルギー
2．時計本体及びバンドに発生したサビ、汚れ、付着した汗などです。
・皮革バンドは汗や汚れにより「色落ち」を起こすことがあります。
乾いた布で拭くなどして常に清潔にご使用ください。
・バンドは多少余裕を持たせ、通気性を良くしてご使用ください。

<時計のお手入れ方法>

・ケース、ガラスの汚れや布などの水分は柔らかい布で拭き取ってください。
・皮革バンドは乾いた布で、汚れを取ってください。
・金属バンド／プラスチックバンド／ゴムバンドは水で汚れを洗い落としてください。 金属バンドのすき間につまったゴミや汚れは柔かいハケなどで取り除いてください。
※溶剤類（シンナー、ベンジンなど）の使用は、変質の恐れがありますのでお避けください。

ナチュライトについて

・「ナチュライト」は、放射線物質などの有害物質を一切含まない人体や環境に安全な蓄光性の物質を使用した夜光塗料です。ナチュライトは、太陽光や室内照明などの光を蓄え、暗い所で発光します。（例：500Lux以上で約10分以上光に当たると、約3～5時間程度発光します。）
ただし、蓄えた光を放出させるため、時間の経過と共に少しずつ明るさ（輝度）は落ちていきます。また、光を蓄えるときの光の明るさや光源からの距離、光の照射時間などによって発光する時間に誤差が生じます。光が充分に蓄えられていないと、暗い場所で発光しなかったり、発光してもすぐに暗くなってしまう場合がありますのでご注意ください。なお、ナチュライトを使用している時計は、文字板面下部にN-JAPAN-Nと印刷されています。

温度について

・-10℃〜＋60℃から外れた温度下では機能が低下したり、停止することがあります。
・常温（＋5℃〜＋35℃）から外れた温度下で長時間放置すると電池が漏液したり、電池寿命が短くなったりすることがありますのでご注意ください。

ショックについて

・床面に落とすなどの激しいショックは与えないでください。

磁気について

・磁石には近づけないでください。磁気健康器具（磁気ネックレス・磁気健康腹巻など）、冷蔵庫のマグネットドア・バックの止め具など、磁気に近づけると時刻が狂います。この場合は磁気から離して時刻修正をしてください。

静電気について

・クオーツウオッチに使われているＩＣは、静電気に弱い性質を持っています。テレビ画面などの強い静電気を受けると表示が狂うことがありますのでご注意ください。

化学薬品・ガス・水銀について

・化学薬品・ガスの中でのご使用はお避けください。
シンナー・ベンジン等の各種溶剤及びそれらを含有するもの（ガソリン・マニキュア・クレゾール・トイレ用洗剤・接着剤等）が時計に付着しますと、変色・溶解・ひび割れ等を起こす場合があります。薬品類には充分注意してください。また、体温計などに使用されている水銀に触れたりしますと、ケース・バンド等が変色することがありますのでご注意ください。

保管について

・長期間ご使用にならない時は、汗・汚れ、水分などを良く拭き取り、高温・低温・多湿の場所を避けて保管してください。
・また、電池寿命切れの電池を入れたまま長期間放置しますと、電池の漏液により機械部品が損傷する場合がありますので、ご注意ください。

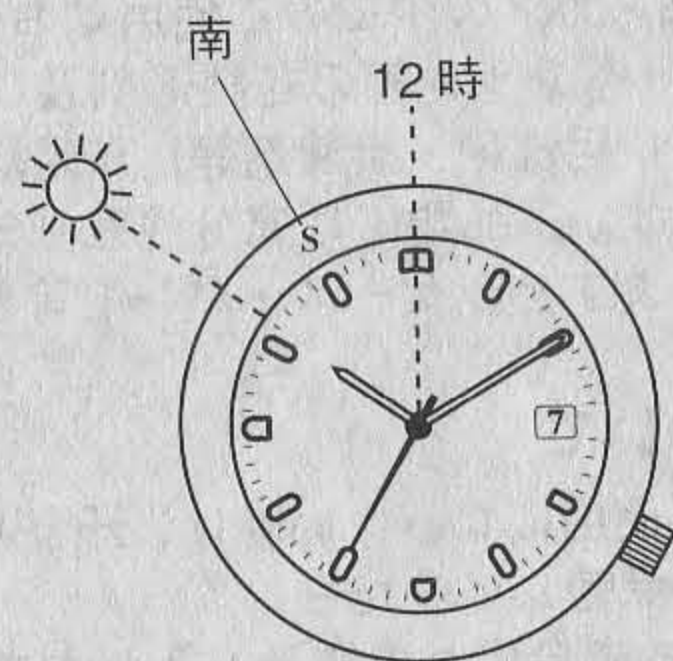
J. 回転ベゼルの使い方

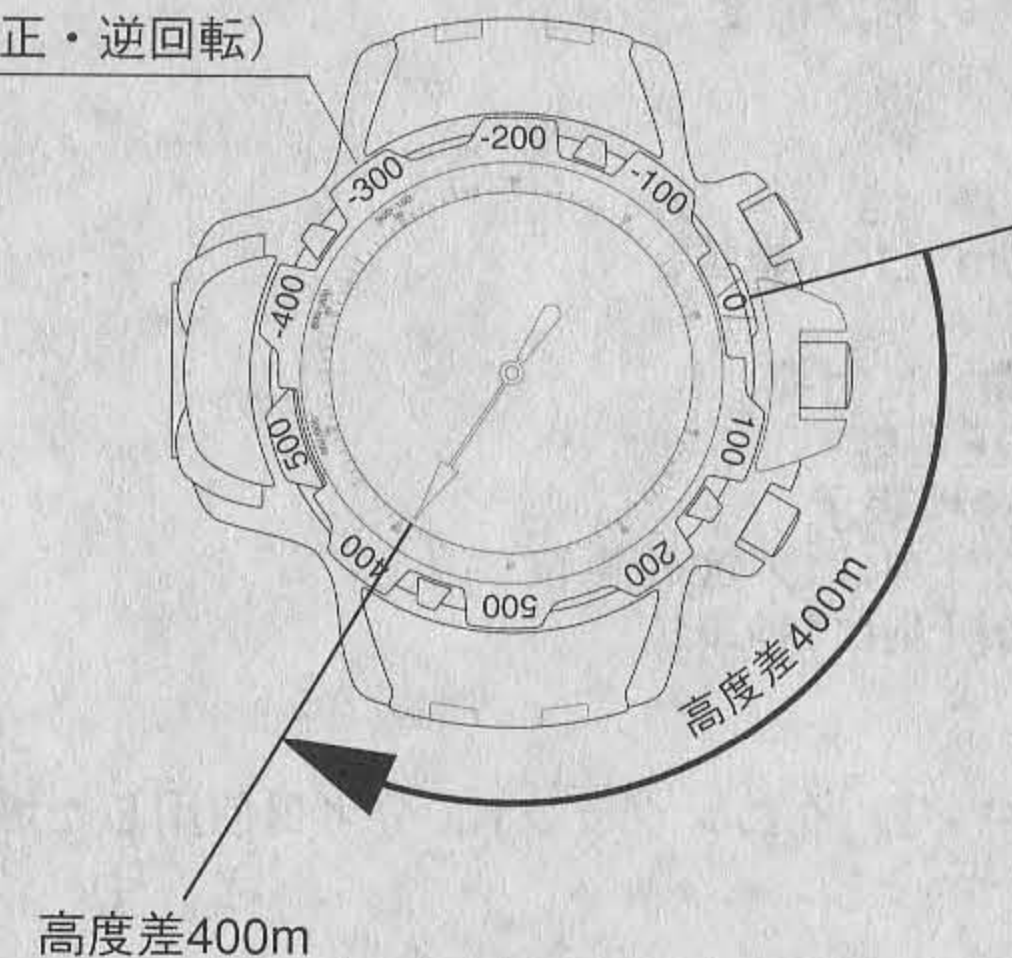
この時計のベゼルは、各種機能を持っています。
モデルによっては、この機能がついていないものがあります。
1．方位計
2．高度計

1．方位計（北半球の場合）

この方位計を使って、太陽の位置を基準にしておおよその方位を知ることができます。

（使い方）

時計の時針を太陽の方向に合わせると、時針と文字板の12時位置の中間点が南を表しますので、回転ベゼルの“S”マークを南位置に合わせることで、おおよその方角を知ることができます。あくまでも目安としてご使用ください。
但し、緯度、季節によってズレがあります。

2．高度計

この時計のレジスターリングには-400m～500mの数字が表示されています。
この数字を使って現在地と目的地のおおよその高度差を容易に知ることができます。

【例１】高度針［I］が現在地の高度200mを示しているとき、この高度針［I］にレジスターリングの「0」を合わせます。
目的地に到着したとき（又は途中地点で）高度針［I］が示すレジスターリング上の数字が「400」であれば高度差が400mあることがわかります。
ただしこのとき高度針［II］の位置にご注意ください。

K．製品仕様

・型式：高度計付きアナログクオーツウオッチ
・時間精度：月差±20秒（+5℃～+35℃）
・水晶振動数……32,768HZ
・高度計精度：±（表示値の5％±10m）……高度補正をしたときの精度
　標準大気に準じて測定したときの相対精度です
　使用温度+10℃～+40℃
・作動温度範囲：－10℃～+60℃
・付加機能：カレンダー（日付）
　高度計測機能……－300m～5000m（10m単位）
　通常高度計測は、1時間毎に計測
　連続高度計測は、5秒毎（30分間）に計測
　高度補正機能……±300mまで補正可能
　クロノグラフ機能……最大99分59秒表示
　　1分未満の計測は1／20秒単位
　　1分以上の計測は1秒単位
　電池寿命予告機能
・電池寿命：約2年
　使用条件……連続高度計測を30分／日、クロノグラフ100分／日使用した場合
・電池番号：280-44(SR927W)

L．保証とアフターサービス

1．保証について

正常なご使用状態で、保証期間中に万一故障が生じた場合には、別紙の保証書に従い、無料修理いたします。

2．修理用部品の保有期間について

当社は時計の機能を維持するための修理用部品を通常7年間を基準に保有しております。ただし、ケース・ガラス・文字板・針・リュウズ等の外装部分におきましては、外観の異なる代替部品を使用させていただく場合がありますので、あらかじめご了承ください。

3．修理可能期間について

通常のご使用であれば、保証期間を過ぎても、当社の修理用部品の保有期間中は有料修理が可能です。ただし、ご使用の状態・環境でこの期間は著しく異なりますので、修理の可否については現品ご持参の上販売店でよくご相談ください。尚、長期間のご使用による精度の劣化は、修理によっても初期精度の復元が困難な場合があります。

4．ご転居、ご贈答品の場合

保証期間中にご転居又はご贈答のためにお買い上げ店のアフターサービスを受けられない場合には、お近くの当社サービスセンターにご相談ください。

5. 長くご愛用いただくために定期的な診断と部品の交換を行なってください。

●部品交換は、お買い上げ店、又はシチズンクオーツ取扱い店にお申し出ください。
●部品交換の際は、交換だけでなく他の部品の点検、又は修理を行う必要がある場合もありますので、交換修理料金等、詳しくお買い上げ店、又はシチズンクオーツ取扱い店にご相談ください。
●部品交換をされる場合は、シチズンの純正部品を使用とご指定ください。

<防水時計専用部品の交換について>

防水時計の場合、防水性を保つために1～2年毎にお買い上げ店、又はシチズンクオーツ取扱い店で診断していただき、パッキン・ガラス・リュウズなどの交換を行ってください。

<電池交換について>

●この時計は新しい電池を組み込み後、約2年間安定した精度を維持します。
●お買い上げの時計にあらかじめ組み込まれている電池は機能・性能を確認するためのモニター用電池です。お買い上げ後2年に満たないうちに寿命が切れることがありますのでご了承ください。
●電池寿命切れの電池をそのままにしておきますと、漏液等により故障の原因となることがありますのでお早めに電池交換してください。
●電池交換は必ずお買い上げ店、又はシチズンクオーツ取り扱い店にお申し出ください。その際、所定の性能を保つためにも必ずシチズン純正電池とご指定ください。
●お買い上げの時計に、組み込まれている電池はモニター用ですので、時計の価格には含まれません。保証期間内であっても電池交換は有料となります。

<電池の取り扱いについて>

幼児の手の届かない所に置いてください。万一電池を飲み込んだ場合には直ちに医師と相談してください。

6. 一部商品にはメーカーで電池交換および修理を行なっているものがあります。詳しくはお買い上げ店、又はシチズン取扱い店にご相談ください。

7. その他お問い合わせについて

保証や修理、その他不明の点がございましたらお買い上げ店、又は最寄りの当社サービスセンターにご相談ください。